POŚCIĆ w POŚCIE

Można powiedzieć, że wstrzemięźliwości uczyliśmy się od Germanów. Znany całej słowiańszczyźnie rzeczownik POST o znaczeniu ‘religijny zakaz spożywania jedzenia lub określonych potraw w danym czasie’, a także ‘okres, w którym obowiązuje ten zakaz’, to przekształcone staro-wysoko-niemieckie słowo fasta o takim samym znaczeniu. Rzeczownik fasta pochodzi od – również staro-wysoko-niemieckiego – czasownika fastēn ‘pościć’, a pierwotnie ‘powstrzymywać się, być wstrzemięźliwym’. W polszczyźnie kierunek derywacji zapożyczonego i przekształconego słowa POST był odwrotny: to czasownik POŚCIĆ powstał od rzeczownika POST, a nie rzeczownik od czasownika.
POST jako zjawisko nie jest „wymysłem chrześcijańskim”. Wiele religii i wyznań zaleca przestrzeganie postu w tym czy innym okresie, przy czym post może być ścisły (zakaz spożywania wszelkich potraw), jakościowy (zakaz spożywania określonych produktów lub potraw) bądź ilościowy (zakaz najadania się do syta). Istotą postu nie jest „bezmięsność” – istotą postu jest dobrowolne wyrzeczenie się i przyjęcie pewnego ograniczenia, bo to właśnie stanowi o istocie umartwienia.